حمید بک ڈپو، اُردو بازار لاہور

علم مسمریزم، ہپناٹزم ٹیلی پیتھی، تھاٹ ریڈنگ، علم الغیب اور مُردہ
روحوں سے بات چیت کا مکمل کورس

مقبول

آئینہ مسمریزم

عرف

حل المشکلات اُستادِ مسمریزم ہپناٹزم

مصنفہ

جناب سراج دین صاحب قادری چشتی لاہوری

(منگوانے کا پتہ)

حمید بک ڈپو۔ نولکھا بازار۔ لاہور

قیمت : ٥٠ روپے

بار دوم ———— ۱۹۶۹ء
تعداد ———— ۱۰۰۰

ناشر
حمید بک ڈپو۔ نولکھا بازار۔ لاہور
طابع

دیباچہ

سکندر ایک جری بادشاہ تھا۔ اُس نے بڑے بڑے ممالک کو فتح کیا بڑے بڑے ناقابل تسخیر قلعوں کو آنِ واحد میں توڑ کے رکھ دیا۔ اس کی اس بہادری جوانمردی اور مستقل مزاجی کو دیکھ کر لوگ کہا کرتے تھے کہ سکندر دراصل انسان نہیں بلکہ کوئی جن یا بھوت ہے جس کے آگے دنیا کی کوئی طاقت دم نہیں مار سکتی۔

کہتے ہیں کہ سکندر کے پاس ایک آلہ تھا جس سے وہ دنیا کے سب آنے والے واقعات دیکھ لیا کرتا تھا۔ لیکن آج نہ سکندر ہے اور نہ وہ آلہ۔ اب اس دورِ جدید میں چشم مشتاق اس چیز کو تلاش کر رہی ہے جس کی بدولت ساحر لوگ بے جان ہڈیوں میں روح پھونک کر اس سے بات چیت کر لیا کرتے تھے جس کی مدد سے وہ ہر قسم کے منتر اور طلسم چلا کر اپنی ہر شخص کی اور ہر قسم کی خواہش کو پورا کر لیا کرتے تھے۔

خواہش ہر آدمی کے دل میں پیدا ہوتی ہے اور اپنی خواہش پورا کرنے کیلئے وہ بلادریغ روپیہ خرچ کرنے کو تیار رہتا ہے مگر کیا ایسا ہونا ممکن ہے؟

اگر غور کیا جائے تو معلوم ہوگا کہ آخر جو باتیں پرانے زمانے میں ہوتی تھیں وہ آج کیوں ناممکن ہیں۔

اس کی وجہ یہ ہے کہ جن لوگوں کو یہ راز معلوم تھے۔ وہ کسی قیمت پر بھی انہیں کسی کو بتانے کے لئے تیار نہ تھے۔ اکثر تمام علم اپنے سینے میں محفوظ رکھتے تھے۔ اور ان کی زندگی کے ساتھ ہی ان کا علم بھی ختم ہو جاتا تھا۔ البتہ کچھ اہل علم ایسے تھے جو اپنے فن کو اپنی بیاض خاص میں لکھ رکھتے تھے اور اپنے آخری وقت پر یا تو خود اسے اپنے کسی جانشین یا وارث کے حوالے کر جاتے تھے یا ان کی موت کے بعد تمام کاغذات از خود ان کے پسماندگان کو مل جاتے تھے۔

اس قسم کے بہت سے باکمال حضرات و ماہرین فن کی خاص بیاضوں اور یادداشتوں میں سے چند ایک خاص چیزیں بڑی محنت اور زر کثیر صرف کر کے ہر خاص و عام کے لئے شائع کی جا رہی ہیں۔ امید ہے ناظرین ہماری محنت کی داد دیتے ہوئے ہم کو دعائے خیر سے یاد فرمائیں گے اور جہاں تک ممکن ہوگا، غریبوں اور ضرورت مندوں کی خدمت سے ہرگز گریز نہ کریں گے۔

(استاد) سراج دین

مسمریزم کی مختصر تاریخ

تاریخ کی ورق گردانی کی جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ یہ علم اس وقت سے ہے جب کہ دنیا کا سلسلہ شروع ہوا۔ یہ ایک لاانتہا علم ہے جو شروع دنیا ہی سے خدا کی طرف سے بڑے بڑے بزرگوں کو عطا ہوتا رہا ہے۔ یہ قوت دوسرے لوگوں میں بھی غرض کہ ہر انسان و حیوان بلکہ نباتات و جمادات میں موجود ہے مگر اس کا جاننے والا کوئی کوئی ہوتا ہے۔

غور کیا جائے تو ہمارے اسلاف کے پاس یہی علم تھا۔ جس کی بدولت وہ طرح طرح کے کرشمے اور معجزات دکھا کر بھلا کیا کرتے تھے۔ چونکہ ہر ایک کے لئے اس علم کا جاننا مشکل ترین تھا۔ لہٰذا تارک الدنیا فقیر لوگ اسے حاصل کرتے اور دنیا کو فیض پہنچاتے۔ انہی بزرگوں میں سے کچھ نے اس علم کو آسان بنانے کے لئے اس کو احاطہ تحریر میں قید کیا جس سے کئی معمولی اشخاص بہرہ ور ہوئے اور پھر بزرگوں کی صف میں شامل ہو گئے۔

ایشیا میں یہ علم از منہ قدیم ہی سے ہے۔ ایشیا کے ممالک ہندوستان

میں اسے "یوگ ودیا" اور عرب میں اسے "روحانیت" کہا جاتا ہے۔ "مسمریزم" اسی علم کی بہت معمولی سی شاخ ہے۔ زمانہ سلف کے جوگی، فقیر، مریضوں کو چھو کر یا اپنی دھونی میں سے ذرا سی راکھ دے کر تندرست کر دیتے تھے۔ اس علم کی طاقت سے ایک قالب سے دوسرے قالب میں چلے جاتے تھے۔

چین میں بھی یہ علم بہت تھا۔ چین کی ایک مستند کتاب میں لکھا ہے کہ اطبا چین جانوروں کو سُلا کر ان کی تکلیف و شکایات رفع کر دیتے تھے۔ اسی طرح انسانوں کی بیماریاں ان کو احساس دلا کر ہی دور کر دیا کرتے۔ یونان کے طبیب بھی اسی علم کا سہارا لے کر پوشیدہ سے پوشیدہ امراض کو ایکسرے مشین کی طرح دیکھ لیا کرتے۔

آپ کسی بھی قوم یا ملک کی تاریخ کا مطالعہ کریں۔ یہی نظر آئے گا کہ سب میں مسمریزم کا رواج اور اس کے ذریعہ علاج معالجہ ہوتا ہے۔ صرف راز یہ ہے کہ اس علم کے مختلف ممالک میں مختلف زبانوں میں مختلف نام رواج پائے مگر کسی نے بھی اس کے اصول اور طاقت و اثر میں فرق ظاہر نہیں کیا۔

زر — زن — زمین۔ ان تینوں چیزوں کے پیچھے ساری دنیا ماری ماری پھرتی ہے۔ مگر اس سے بڑھ کر بھی کوئی نعمت اس دنیا میں موجود ہے یہ کسی کو بھی معلوم نہیں یا بہت کم لوگ اس راز سے واقف ہیں۔ اگر آپ کو یہ معلوم ہو جائے کہ یہ نعمت آپ کے دل میں بند ہے تو آپ کی آنکھیں حیرت سے

کھلی رہ جائیں ؎

اپنی ہستی کا جو راز نمایاں ہو جائے
آدمی کثرتِ انوار سے حیراں ہو جائے

اس عجیب غریب اور پوشیدہ طاقت کا فارسی نام ہے مقناطیس، لاطینی میں میگنیزم، اردو میں روحانیت، عربی میں علم الاشراق، ہندی میں یوگ ودیا اور انگریزی میں مسمریزم کہتے ہیں۔

آئینہ سکندری یا میڈیم سے بات چیت

معزز شائقین! علم مسمریزم کے سیکھنے سے بڑے بڑے عجیب غریب اور حیرت انگیز کام کئے جا سکتے ہیں۔ بڑے بڑے اسرار حل ہوتے ہیں۔ نئی نئی باتیں اور معجزے دیکھنے میں آتے ہیں۔ اس علم کے ذریعے انسان ساحر، اہل کشف و کرامت اور باکمال جادوگر بن سکتا ہے۔

اس علم سے متعلق آپ نے اور بھی بہت سی کتابیں دیکھی ہوں گی مگر ہمارا دعویٰ ہے کہ فن مسمریزم میں ایسی نادر الوجود، مکمل و آسان کتاب آپ نے آج تک نہیں دیکھی ہوگی۔ اس میں ہندوستانی یوگیوں، تارک الدنیا فقیروں اور سنیاسیوں، باکمال جادوگروں اور مسمرائیزروں کے سینوں کے وہ راز جو احاطہ تحریر میں نہیں آ سکتے تھے۔ نیز جادوگروں کے وہ راز جن کو اکثر ہندوستانی سادھو اپنے سینہ

میں لے کر گوشہ قبر میں جا لیٹے، اپنے ذاتی تجربہ میں لا کر اس کتاب میں عملی طور پر درج کر دیئے ہیں جس سے معمولی سمجھ کا آدمی بھی مطالعہ کرنے کے بعد اگر چاہے تو ماہر مسمریزم بن سکتا ہے۔ کتاب کیا ہے، اسرار مسمریزم کا ایک عملی خزانہ ہے اس میں مسمریزم، ہپناٹزم، روشن ضمیری، ٹیلی پیتھی، علم الغیب کے درجنوں عملی اسباق و مکمل ہدایات درج ہیں۔

مسمریزم کے کمالات

علم روحانی کی ایک معمولی سی شاخ "مسمریزم" سے مندرجہ ذیل کمالات حاصل ہوتے ہیں۔

۱۔ توجہ کرنے، ہاتھ پھیرنے یا اشارہ کرنے سے بڑے بڑے امراض کا علاج کرنا
۲۔ آنے والی باتیں معلوم کرنا۔
۳۔ غائب شدہ اشیاء کو دیکھ لینا۔
۴۔ ہزاروں میل دور انسان سے ملاقات کرنا۔ اسے دیکھ لینا اس سے گفتگو کر لینا۔
۵۔ ہزاروں برس پرانے حالات دریافت کرنا۔
۶۔ انسان کو وقتی طور پر بے حس کر دینا۔
۷۔ بند صندوق کے اندر کا حال جان لینا۔

۸۔ ہر انسان کے دلی خیالات جان لینا۔
۹۔ اندرونی امراض کو اپنی آنکھوں سے دیکھ لینا۔
۱۰۔ اپنے اسلاف کی روحوں سے بات چیت کرنا۔ ان کی زبان بڑے بڑے راز جاننا۔
۱۱۔ ہوا میں اڑنا۔
۱۲۔ لوگوں کی نظروں سے اپنے آپ کو غائب کرنا یا کسی کو غائب کر دینا۔
۱۳۔ بغیر کچھ کھائے پیئے مہینوں گزار لینا۔

علم مسمریزم کے فائدے

اس علم کو حاصل کرنے کے بعد اسے اجاگر کرنے کے لئے ایک معمول کی اشد ضرورت ہے۔ معمول کسے کہتے ہیں اس کا بیان آگے کے صفحات میں درج کیا جائے گا۔ علم مسمریزم سے مندرجہ ذیل فائدے حاصل ہوتے ہیں۔

۱۔ معمول عامل کا ہم خیال اور حکم کے تابع ہو گا۔
۲۔ معمول عامل کے حکم کے مطابق ہر کسی سے محبت یا نفرت کرے گا۔
۳۔ عامل معمول کو جہاں بھیجے گا وہ وہاں جائے گا۔
۴۔ عامل معمول پر بغیر تکلیف کے عمل جراحی کر سکتا ہے۔
۵۔ معمول گم شدہ اشخاص اور مال و زر کا پتہ بتائے گا۔

۶۔ عامل کے حسبِ حکم معمول روحوں سے بات چیت کرے گا۔

۷۔ جس شخص پر متواتر مسمریزم کا عمل کیا جائے گا اس پر کوئی آسیب، جادو ٹونہ یا بیماری اثر انداز نہیں ہوتی۔

۸۔ عامل بغیر دوائی کے بعض امراض کو دُور کر سکتا ہے۔ اپنے علم سے ہر درخت اور جڑی بوٹیوں کے خواص کا پتہ لے سکتا ہے۔

مضرات سے بچو

۱۔ آنکھ کی مشق بڑھانے کے لئے بہت زور سے آنکھیں پھاڑ کر نہ دیکھو۔ عمل کی جگہ پر عمل کے دوران کافی روشنی ہو جس سے آپ معمول کی آنکھوں میں بخوبی دیکھ سکیں۔

۲۔ معمول ایسا ہو جس کو جھوٹ بولنے کی عادت نہ ہو اور جو سوال کرنے پر درست جواب دے سکے۔ اگر اس سے سہو ہو جائے تو وہی سوال دوبارہ کریں۔

۳۔ سوال عام اور سادہ الفاظ میں کریں تاکہ معمول بخوبی سمجھ لے۔ کوئی بات ایسی نہ پوچھو جو اس کی سمجھ سے بالا ہو۔

۴۔ ابتداء میں معمول کو کسی ایسی جگہ نہ بھیجو جو بہت دُور ہو یا جہاں اندھیرا ہو اور خوفناک مقام ہو۔ مثلاً روحوں کے پاس۔ غیر ممالک وغیرہ۔ اگر بھیجنا ہی ہو تو معمول کے گرد روشنی کا دائرہ خوب مضبوط باندھو۔

۵۔ جب تک معمول ایک بات کا جواب نہ دے دوسرا سوال نہ کریں۔

۶۔ اگر تمہارے حکم کے مطابق معمول کسی سے لڑنے لگے تو اس کے ہاتھ میں روشنی کا ڈنڈا پکڑا دو تاکہ وہ فتح پا کر آئے ورنہ شکست کھانے کا ڈر ہے۔

۷۔ اندھیرے میں بھیجنا ہو تو بھی اس کے ہاتھ میں مشعل یا لیمپ ضرور دے دو تاکہ وہ اندھیرے سے خوف نہ کھائے۔

۸۔ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ جب معمول عالم ارواح میں جاتا ہے تو پھر واپس آنے کو اس کا دل نہیں چاہتا۔ لہٰذا پہلے اس سے اقرار لے لیں کہ وہ تمہارے حکم کے بغیر کہیں نہیں جائے گا۔

عامل کیلئے ممنوع چیزیں

۱۔ قتل و ذبح جانوراں، ناپاک رہنا، شکم سیر کھانا، دل کی باتیں ظاہر کرنا، عداوت، طمع، حرص، اُلفت، غضب، خوف، شہوت، غرور، حسد، ظلم، تعصب، لالچ، کیفیت جہل ہر قسم منع ہے۔

۲۔ پیٹ بھر کر کھانا سخت منع ہے۔ زنا، چوری، بدکاری جس قدر عیب کل مذاہب میں معیوب لکھے گئے ہیں۔ وہ اس علم کو حاصل کرنے کے لئے ترک کر دیں۔

۳۔ نشہ آور اشیا، کشتہ جات اور گوشت قطعی منع ہے۔ کیونکہ یہ چیزیں جسم میں تحریک پیدا کرتی ہیں جو طالب روحانیت کے لئے مضر ہے۔

۴۔ عامل کسی جاندار کو بلا وجہ نہ ستائے نہ مارے۔

۵۔ سبزی اور پھل کا کاٹنا بھی منع ہے۔

۶۔ بد روح بھی اس علم کو حاصل کر سکتے ہیں۔ مگر ان کے عمل بھی بد ہی ہوں گے
ان کی نیک خواہشات پوری نہیں ہو سکتیں اور نہ ہی یہ نیک کام کر سکتے ہیں۔ نتیجہ یہ
ہوتا ہے کہ وہ دنیا اور دین میں خوار ہوتے ہیں۔

عامل کیلئے ضروری ہدایات

۱۔ معمول کے ساتھ نہایت محبت سے پیش آنا چاہیئے۔ اور اپنا رعب
بھی قائم رکھنا ضروری ہے۔

۲۔ اپنے معمول کو صرف ان لوگوں سے ملنے کی اجازت دو جو اُس کے قریبی رشتہ دار
ہوں۔ غیر آدمی اُسے مت چھوئے۔ اگر ایسا ہوگا تو اس کا دماغ فیل ہو جائے گا۔

۳۔ مجمع میں حرص و ہوس کے متعلق عمل نہ کرو۔

۴۔ معمول سے فضول سوال نہ کرو۔ ہر سوال کا جواب لینے کے بعد کچھ وقفہ ہونا
ضروری ہے۔ ایسا نہ ہو کہ جواب دیتے دیتے معمول تھک جائے۔

۵۔ عامل سخت جسمانی و دماغی کام، ورزش وغیرہ سے پرہیز کرے تاکہ قوت
میں کثافت نہ آئے۔

۶۔ عامل دن میں تین یا چار اشخاص سے زیادہ پر عمل نہ کریں۔ اگر عمل کرنے کے
بعد کمزوری محسوس ہو تو متواتر تین چار یوم صبح کے وقت آنکھیں بند کرکے سورج

کے سامنے کھڑے رہیں تاکہ جسم سے جو طاقت خارج ہو چکی ہے وہ پوری ہو
جائے۔

۷۔ اپنے معمول کے سامنے اس کی تعریف مت کرو ورنہ وہ مغرور ہو کر دھوکا
دینے کا عادی ہو جائے گا۔

۸۔ عمل کرنے کے لئے موسم معتدل ہو۔ زیادہ گرمی اور زیادہ سردی میں یہ
عمل نہ کریں۔ متعدی امراض والے معمول کا علاج مت کرو۔ اگر کرو تو اُسے
چھوؤ مت۔ علاج میں صفائی کا خیال رکھو۔

۹۔ اپنے معمول کو عمل کے وقت ایسی باتوں پہ مجبور نہ کرو جن کو وہ ناپسند کرتا
ہو اور جو اس کی قابلیت سے باہر ہوں ورنہ اس کے دماغ کو نقصان پہنچے گا۔
بہتر یہ ہے کہ اسے فطرت کے راستے پر چلنے دیا جائے اسی طرح ترقی ہو جائیگی

۱۰۔ مسمریزم کا استعمال مصیبت زدہ لوگوں کی تکلیف اور جائز مصیبت دفع
کرنے کے لئے کرو۔ اگر ان کے علاوہ دیگر خلاف فطرت کاموں میں استعمال کروگے
تو کامیابی ممکن نہیں۔

۱۱۔ اس علم کو لغو اور شعبدہ بازی مت خیال کرو بلکہ اس علم کو روحانی غذا
سمجھ کر حاصل کرنے کا شوق ہو۔

۱۲۔ یکسوئی قلب کے لئے تصور کا ہونا ضروری ہے جو بغیر کسی خواہش
کے یا چیز کے نہیں ہو سکتا۔ اس لئے پہلے کسی چیز کی خواہش پیدا کرو۔ غذا ہلکی

زود ہضم اور مقوی کھائیں۔ ایسی اشیا سے پرہیز کرو جو دماغ دل اور معدہ کو کمزور کرتی ہیں۔

۱۳۔ ایسے لوگوں کی صحبت سے بچو جو گالی گلوچ، ناجائز فعل اور جھوٹ بولنے کے عادی ہوں۔ ہمیشہ سچ بولو۔ سچائی کو پسند کرو۔ جھوٹ کسی بھی وقت نہ بولو۔

۱۴۔ اوّل تو لالچ نہ کرو ورنہ امر واجب سے پہلو تہی نہ کرو۔

۱۵۔ جو باتیں اس علم کے حصول کے دوران مشاہدہ میں آئیں انہیں کسی پر ظاہر مت کریں کیونکہ ؎

بشر رازِ دلی کہہ کر ذلیل و خوار ہوتا ہے
کہ اڑ جاتی ہے جب خوشبو تو گل بیکار ہوتا ہے

۱۶۔ جب مشق کریں تو سانس کے ساتھ "اللہ ہو" کا ورد کریں۔ یہ سب سے زیادہ ضروری ہے۔

قریباً ایسی ہی چیزیں اور پرہیز معمول کے لئے ضروری ہیں۔ معمول عورت ہو خواہ مرد۔ ان کی طبیعت اثر پذیر ہونی چاہئے۔ جوانی کا آغاز ہو۔ عامل کا حکم مانتے ہوں اور اس سے خوف کھاتے ہوں اور روحانیت پر یقین رکھتے ہوں۔

اگر معمول کے بال سنہرے، رنگ گورا، عمر کم، آنکھیں نشیلی، سڈول جسم اور مجسم حسن ہو تو اس پر جلدی اثر ہوتا ہے۔ بے ادب، گستاخ، رنگ کا کالا، ضدی، کینہ پرور، حاسد، مغرور، متعصب، جھگڑالو، روحانیت کو نہ ماننے والا معمول ٹھیک نہیں ہوتا اور یہ عامل کو بہت پریشان کرتا ہے۔

چند اصطلاحات

عامل۔ عمل کرنے والا۔ عالم یا عامل جو اپنی قوتِ مقناطیسی کا اثر دوسروں پر ڈالتا ہے۔

معمول۔ جس پر عمل کیا جائے۔

کرسٹل۔ بلور کا ایک صاف و شفاف چمکدار گولہ ہوتا ہے جو ابتدائی مشق اور بعض دوسری حالتوں میں عمل کے لئے کام آتا ہے۔

خواب۔ وہ غنودگی کا عالم جو عامل کی قوت جاذبہ سے معمول پر طاری ہوتا ہے۔ اور وہ حالت کثیف سے حالت لطیف میں چلا جاتا ہے اور غیب کی باتیں بتلاتا ہے۔ اس کے ذریعے ہی معمول کو دور دراز سفر پر بھیجا جاتا ہے۔

مسمریزم عمل نمبر ۱۔ مشقِ یکسوئی قلب

آرام گاہ میں کرسی، صوفا یا پلنگ پر بڑے آرام کی حالت میں بیٹھ جاؤ۔ جسم کے تمام اعضا کو ڈھیلا چھوڑ دو۔ گویا ان میں جان باقی نہیں ہے۔ اب جب کہ تم کو جسم، دماغ، اور دل کا پورا پورا آرام و سکون حاصل ہے اور جب کہ تم بالکل سکون کی حالت میں کرسٹل کے عین بیچوں بیچ جو سفید نقطہ نظر آتا ہے اس کو اپنی نظر کا مرکز بناؤ۔ جہاں تک ممکن ہو آنکھ نہ جھپکو۔ ایک دو تین اور چوتھے

منٹ میں اسی محویت کی حالت میں تم پر غنودگی سی طاری ہونے لگے گی۔ گویا تمہارا دماغ نیم بے خبری کی قبولیت پر آمادگی ظاہر کر رہا ہے۔

اسی حالت میں دل ہی دل میں بار بار اگلے صفحہ پر درج شدہ طلسمی فقرات کو دہراؤ۔ کم از کم نصف گھنٹہ روزانہ اس مشق کو مکمل تنہائی میں جاری رکھو۔ اس سے تمہاری قوتِ ارادی، مقناطیس، صحت، کامیابی، تونگری اور نورانی مسرت میں غیر معمولی اضافہ ہوگا۔ اب اپنی آنکھوں کو بند کر لو اور پھر ایک بار وہی الفاظ دہراؤ۔

ہر روز رات کو سونے سے پہلے بستر پر لیٹ کر یا بیٹھ کر کرسٹل کی مشق کرو۔ حتیٰ کہ یہ الفاظ دہراتے ہوئے تم گہری نیند میں ڈوب جاؤ۔ پھر صبح اٹھتے ہوئے تم اپنے آپ میں نمایاں تبدیلی محسوس کرو گے۔ روز بروز تمہارا دماغ عجیب و غریب نورانی شعاعوں کی آماجگاہ بننے لگے گا اور دل روحانی مسرتوں سے لبریز ہوگا۔ کرسٹل کے عامل ہونے سے تمہاری آنکھوں میں غیر معمولی مقناطیس پیدا ہو جائے گی۔ تم ۵۰ فی صد لوگوں کو صرف نظر بھر کر دیکھ لینے سے اپنا گرویدہ بنا لیا کرو گے۔

کرسٹل کی مشق کو ایک یا ڈیڑھ ہفتہ تک جاری رکھنے سے تم حالت روشن ضمیری میں چلے جاؤ گے۔ جب یہ حالت ہو جائے تو کرسٹل کی مشق بند کر دیں اور آئینہ سکندری پر عمل شروع کر دیں۔ آئینہ کی مشق بہت جلد مکمل ہو جاتی ہے

طلسمی فقرات کرسٹل

۱۔ میری قوتِ ارادی نہایت زوردار ہے۔ ۲۔ میں مجسم مقناطیس ہوں۔

۳۔ میں سراپا کامیابی ہوں۔ ۴۔ میں مجسم صحت ہوں۔

۵۔ مجھ میں مقناطیسی قوت کوٹ کوٹ کر بھری ہے۔

۶۔ میں مجسم دانائی ہوں۔

۷۔ مجھ کو اپنے اوپر پورا اقتدار حاصل ہے۔

۸۔ میں مجسم دلیر ہوں

۹۔ میں سراپا خوش ہوں۔ میری روح لطیف ذاتِ مطلق سے ملی ہوئی ہے

عمل نمبر ۲ — ضبطِ ذاتی

ہر وہ کام جو تم عمل کر کے معمول سے لو گے تمہاری قوتِ مقناطیس یا برقِ حیات کو خارج کرتا ہے۔ لہٰذا تمہیں کوئی کام یا حرکت بغیر مطلب کے نہیں کرنا چاہیے۔ یہ ضروری ہے کہ پانچ دس منٹ تک چپ چاپ بے حس و حرکت بیٹھنے کی روزانہ عادت ڈالو۔ آنکھیں کھلی رکھو مگر جھپکو نہیں۔ خیالات کو ایک ہی مرکز پر قائم کرو۔ اور دل میں ارادہ رکھو کہ تم منٹ تک بے جان جسم کی مانند بالکل خاموش رہو گے۔

شروع میں یہ عمل ذرا مشکل معلوم دے گا۔ لیکن مستقل مزاجی سے اس پر عمل

رہو گے تو یہ کوئی مشکل نہیں۔ اس کا فائدہ یہ ہے کہ تم کو بے فائدہ حرکات اور بیہودہ خیالات سے بچایا جائے۔

عمل نمبر ۳ — گوشہ نشینی

اگر اپنے آپ کو گوشہ نشینی کی عادت ڈالیں تو بہتر ہے۔ بھیڑ ہجوم سے دُور چلے جائیں۔ تنہائی میں بیٹھنے کی مشق کریں۔ یہ مشق اور عادت آپ کے دل کو مضبوط کر دے گی۔

کسی سنسان جگہ پر چلے جاؤ۔ بغیر کسی اضطراب کے تمہارا دل جب تک وہاں لگا رہے لگائے رکھو یا جتنی دیر تک تم بغیر کسی گھبراہٹ کے گوشہ میں بیٹھ سکو۔ جب تم کافی دیر تک بیٹھنا سیکھ جاؤ تو درج ذیل مشق کریں:

پاک و صاف جگہ پر پالتی لگا کر بیٹھو۔ آنکھیں بند کر لو۔ اب سو تک گنتی شمار کرو۔ دوسرے دن سو سے ایک تک الٹا ورد کرو۔ آہستہ آہستہ ایک ہزار تک سیدھی پھر الٹی گنتی کی مشق بڑھا لو۔ اس بات کا خیال رہے کہ جس وقت تم گنتی کرو تمہارا خیال گنتی ہی کی طرف ہونا چاہیے۔ اس کا فائدہ یہ بھی ہے کہ دل ایک جگہ پر ٹک جانے کا عادی ہوگا اور خیالات ایک مرکز پر رُک جایا کریں گے۔ گنتی دل ہی دل میں کرو۔ زبان اور ہونٹ ہلانے کی ضرورت نہیں۔

عمل نمبر ۴ — آنکھوں میں مقناطیسی قوت پیدا کرنا

نظر کو پختہ کرنے اور مقناطیسی بڑھانے کا طریقہ اکثر مصنفوں نے بہت کم لکھا ہے اور اکثر اس طریقہ سے ناواقف لوگوں کو اس کی تکالیف ظاہر کر کے ڈراتے دھمکاتے رہے لیکن یہی چیز اور یہی مشق اس علم کی چابی ہے۔ اگر کوئی شخص اس مشق کو پورا کرے تو وہ مسمریزم کا عامل ہو جاتا ہے۔ عوام کے فائدے کے لئے نہایت مجرب اور مفید طریقہ یہاں پر درج کیا جاتا ہے آزما کر فائدہ اٹھائیں۔

طریقہ:۔

ایک ٹکڑا کاغذ جس کا سائز ۷½" × ۱۳½" ہو لیں۔ اس کے عین وسط میں روپے کے برابر سیاہ نشان لگائیں۔ اس طرح کہ سفیدی بالکل نظر نہ آئے۔

اب بوقت صبح ضروریات سے فارغ ہو کر کسی ایسے مکان میں جو کہ بالکل تنہا ہو اور جہاں کسی قسم کا شور و غل سنائی نہ دے اور جہاں توجہ کسی دوسری طرف نہ بدل سکے چلے جائیں اور اس کاغذ کو دیوار پر اس طرح آویزاں کرو کہ اگر تم نصف گز کے فاصلہ پہ چوکڑی مار کر بیٹھو تو تمہیں ذرا سی نظر اٹھا کر اس کی طرف دیکھنا پڑے۔ زیادہ اونچا لگانے سے گردن جلدی تھک جاتی ہے۔

اب تمام خیالات کو چھٹی دے کر قلب کو یکسو کر کے نشان کی طرف ٹکٹکی باندھ کر دیکھو۔ یاد رہے کہ آنکھ نہ جھپکے، منہ کو بند رکھے اور سانس ناک کے ذریعہ

لیں۔ اور ناک سے ہی آہستہ آہستہ باہر نکالیں۔ سانس اتنی آہستہ بھی نہ لیں کہ دم گھٹنے لگے۔ منٹ دو منٹ بعد آنکھوں سے پانی نکلنا شروع ہوگا۔ قدرے تکلیف بھی محسوس ہوگی لیکن مشق کرتے کرتے یہ تکلیف دور ہو جائے گی اور تم گھنٹوں پلک جھپکے بغیر دیکھ سکو گے۔ مشق کے دوران گرم اشیاء مثلاً گرم مصالحہ، سرخ مرچ، دال مسور، بینگن، ہر قسم کا گوشت، پیاز، لہسن اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔

یاد رکھیں! اس مشق سے آنکھوں یا نظر پر برا اثر ہرگز نہیں پڑتا۔ بینائی کی رگ مضبوط ہوتی ہے۔ دماغ روشن ہو جاتا ہے طبیعت چست رہتی ہے۔

یہ مشق کرتے وقت سیاہ نشان کبھی زنگ کا نظر آئے گا۔ پھر اس کے گرد سفید سی روشنی نظر آئے گی اور بعد ازاں یہ روشنی بڑھتی جائے گی یہاں تک کہ کل نشان روشن ہو جائے گا۔ جب یہ نشان سفید ہو جاتا ہے تو بعض اشخاص کو جو نیک نیت اور پاک طینت ہوں نہایت حسین نظارے دکھائی دیتے ہیں بعض اشخاص کو اس نشان کے درمیان سفید بال کے ٹکڑے اڑتے دکھائی دیتے ہیں ایسے لوگ بھی بہت جلد کامیاب ہو جاتے ہیں۔

غرض کہ جب نشان بالکل سفید نظر آنے لگے تو یہ مشق ترک کر دو اور جان لو کہ اب نظر پختہ ہو گئی ہے اور نظر کی مقناطیسیت بڑھ گئی ہے۔ پھر جس کی طرف نظر جما کر دیکھو گے اسی پر تمہارا رعب غالب آ جائے گا اور وہ تمہاری ہی مرضی

کے مطابق کام کرنے لگے گا۔ عمل کے وقت معمول پر بہت جلدی اثر پڑے گا۔ دوران مشق اونگھنا یا سو جانا سخت مضر ہے۔ اگر نیند آئے تو مشق چھوڑ دو۔ جب سستی دور ہو اور کسی قسم کی گھبراہٹ، اونگھ اور نیند نہ ہو تب مشق کرو۔ نظر کی مقناطیسیت بڑھ جانے سے انسان میں اولیاء کے سے وصف پیدا ہو جاتے ہیں۔

اپنی مشق کو روزانہ بڑھاؤ اور کبھی ناغہ نہ کرو کیونکہ ناغہ ہونا عمل کے لئے نقصان دہ ہے۔ ایک وقت مقرر کر دو یعنی اگر آپ آٹھ بجے بیٹھے ہیں، تو روزانہ اسی وقت بیٹھو۔ مشق اگر پہلے دن ایک منٹ کی ہے تو اس کو روزانہ بڑھاتے جاؤ۔ عامل بن جانے کے بعد بھی مشق کو نہ چھوڑو۔

پس اس عمل سے آنکھوں کی قوتِ مقناطیس کا اضافہ ہوگا۔ پھر وہ شخص جس کی طرف نظر جما کر چند لمحہ تک دیکھے گا اس پر اس کا رعب چھا جائے گا اور عامل کی نیک و بد خواہش اور تاثیر کا اثر اسی پر پڑے گا۔

ہم پھر بتلاتے ہیں کہ اس سیاہ داغ کی روزانہ مشق سے عامل کو جو سکون ملتا ہے وہ خود ہی اس کا اندازہ کرتا ہے۔ اس طریقہ میں اجتماع، خیالات، تصور، یکسوئی قلب اور روحانی طاقت چاروں چیزیں موجود ہیں جس سے عامل خود مستفیض ہو سکتا ہے۔ بس روحانی طاقت حاصل کرنے اور قدرتِ ایزدی کے مخفی راز جاننے کیلئے سب سے پہلا زینہ آنکھوں کی قوت مضبوط کرنا ہے جس کی آسان ترکیب بتلا دی گئی ہے۔

آنکھوں کو آرام دینے والا تجربہ

آنکھوں کی مشق سے اٹھ کر آنکھ اور منہ کو پانی سے دھو ڈالو۔ اگر عرق گلاب میں پسی ہوئی ہلدی کی دو بوند آنکھ میں ٹپکائی جائیں تو نظر کو آرام ملے گا اور وہ زیادہ کام کرنے کے قابل بن سکے گی۔ اگر کرشل کی مشق میں بھی ایسا ہی کیا جائے تو مفید ہے۔

نوٹ:۔ مشق کرتے وقت آنکھوں کو زیادہ مت کھولو۔ کیونکہ ایسا کرنے سے آنکھ جلدی تھک جاتی ہے۔

بعد از مشق: گلاب کے پھول، ہلدی، ملٹھی، سونف، پسی ہوئی سیاہ مرچ سب کو کوٹ پیس کر کپڑے سے چھان لیں۔ اس میں سے ۳ یا ۴ ماشہ سفوف اور ۲ یا ۳ تولہ سے ۵ تولہ تک گھی ملا کر حسب ضرورت مصری ملا لیں۔ مشق کے بعد دو چار انگلیاں چاٹ لیں۔ مشق کے دنوں میں گھی زیادہ کھائیں کیونکہ یہ مبتدی کے لئے بے حد مفید ہے۔

عمل نمبر ۵ — آئینہ سکندری

جب آنکھوں کی مشق میں کامیابی ہو جائے تو پھر آئینہ پر نظر جماؤ۔ طریقہ حسب ذیل ہے:۔

ایک بڑا شیشہ بنوا کر اسے دیوار کے ساتھ کھڑا کر دیں اور اس کے سامنے بیٹھ کر صبح و شام نظر کو جما کر اس شیشہ کی طرف دیکھیے۔ پلک ہرگز نہ جھپکے۔ ہر روز کم از کم پانچ منٹ تک مشق کرو۔ پھر آہستہ آہستہ بڑھاتے جاؤ یا پہلے ہفتہ ۵ منٹ، دوسرے ہفتہ ۷ منٹ پھر ۱۵، ۲۰ منٹ تک بڑھا دو۔ پھر اس کے بعد گھنٹے تک۔

آنکھوں سے صرف پانی نکلنے کی تکلیف ہوگی اور کسی قسم کی تکلیف یا نقصان نہیں ہوگا۔ اس طریقہ سے نظر پختہ، زوردار ہوگی اور مقناطیسی قوت زیادہ بڑھے گی۔ شیشہ میں اپنے عکس کے ناک کی نوک پر یا ماتھے پر آنکھوں کے بیچ نظر جمائیں۔

عمل نمبر ۶ ـ تصوّر

تصوّر بہت طرح کا ہوتا ہے مگر تصوّر کے دو مقام ہیں۔ آنکھیں اور دل۔ جن میں یہ ظاہر و پوشیدہ رہتا ہے۔ اس لئے اس کی قسمیں بھی دو ہی ہیں یعنی تصوّر اندرونی اور تصوّر بیرونی۔

لیکن جب تک تصوّر بیرونی نہ ہو تب تک اندرونی تصوّر نہیں ہو سکتا کیونکہ جب تک ہم کسی چیز کا مشاہدہ نہیں کرتے تب تک ذہن اس کو قبول نہیں کرتا۔ ہاں بعض اوقات سنی سنائی باتوں کا خیال ضرور ہو جاتا ہے لیکن ان کو دیکھے بغیر ان کو

تصوّر میں لانا ممکن نہیں۔ پس ظاہری تصوّر آنکھوں میں سمایا رہتا ہے اور اگر وہ تصوّر سچا اور دل سے کیا گیا ہے تو ظاہری آنکھوں سے نکل کر باطنی آنکھوں کے پردے میں جا کر ایک روشنی پیدا کر دیتا ہے اور ہم اس روشنی میں اپنے مطلوب کی مجسم صورت دیکھتے ہیں۔ اس کی حرکات و سکنات پر حاوی ہوتے ہیں۔ اور اس روشنی میں قدرتِ ایزدی کے دلچسپ راز کا نظارہ کرتے ہیں۔ پس جب تک ظاہری تصوّر نہ ہو باطنی تصوّر ہونا مشکل ہے۔

اکثر عاملوں نے اس کے برخلاف بیشتر ہی باطنی تصوّر کے لئے ہدایت کی ہے مگر میں پھر بھی کہوں گا کہ یہ تصوّر دوسری منزل ہے۔ اس میں کلام نہیں کہ جن لوگوں کے دل کدورت سے پاک اور صاف ہیں وہ اس منزل پر پہنچ جاتے ہیں لیکن پھر بھی جب تک اُنہوں نے کسی چیز کی شکل نہ دیکھی ہو وہ ہرگز اس کو تصوّر میں نہیں لا سکتے۔

ایک عامل سے جب ایک دفعہ تصوّر کے متعلق ذکر آیا تو انہوں نے فرمایا ظاہری تصوّر تو ایک ضروری چیز ہے لیکن باطنی تصور افضل ہے۔ مثال کے طور پر ایک چیز ہم نے دیکھی نہیں بلکہ اس کے متعلق بارہا دفعہ ہم سن چکے ہیں کہ اس چیز کا رنگ اور شکل یہ ہے تو پس یہ ہمارا ظاہری تصوّر ہو گیا۔ اب ہم نے اس چیز کو دیکھنا ہے لیکن اس تک ہماری رسائی نہیں ہے تو اس وقت ہم باطنی تصوّر سے کام لیں گے۔ اس کی آسان ترکیب یہ ہے کہ رات کو جب سونے لگو تو آپ کی چارپائی کا سرہانہ شمال کی طرف ہو۔ آنکھیں بند کر کے اس چیز کا تصوّر کرو۔ اس کا رنگ شکل

لمبائی، چوڑائی سب آنکھوں کے سامنے لانے کی کوشش کرو۔ اسی خیال میں سو جاؤ کم از کم ایک ہفتہ اس کی مشق کریں۔ متواتر سات ہفتے یہ مشق جاری رکھیں۔ شروع شروع میں یہ چیز خواب میں دھندلی نظر آئے گی۔ پھر بالکل صاف نظر آنے لگے گی۔ اس کے بعد آپ جب بھی کسی چیز کا تصوّر کریں گے فوراً آپ کے سامنے آ جائے گی۔

پس جب مشق کامل ہو جائے تو نصف شب کے وقت چت لیٹ کر ہاتھ میں ایک چھڑی لے لو۔ اب کسی ایسی چیز کا تصوّر کرو جو چھڑی مارنے سے آواز دے۔ اس کے خیال کے سوا تمہارے ذہن میں کوئی اور خیال نہ آئے جس وقت وہ چیز مجسم سامنے آ جائے اور آپ کو یقین ہو جائے کہ وہ چیز آپ کے سامنے ہے تو وہ چھڑی اس کو مار دو۔ تمہارے تصوّر کی طاقت سے اس وقت تمہارے کانوں میں بلکہ آس پاس کے لوگوں کو بھی اس کی آواز سنائی دے گی۔ بس اس وقت جان لو کہ تمہارا تصوّر اصلی حد تک پہنچ گیا ہے۔

اس مشق اور تجربے کے بعد تم جس چیز کا تصوّر کر کے اسے سامنے لا کر جو حرکت خیالی کرو گے اس کا اثر اس پر ضرور ہو گا۔ اس ترکیب پر عمل کرنے سے صاف معلوم ہوتا ہے کہ سب سے پہلے ظاہری تصوّر ضروری ہے کیونکہ جس چیز کو آنکھوں سے دیکھا نہیں جاتا وہ کسی طرح بھی تصوّر میں نہیں آ سکتی۔ ظاہری تصوّر کے اس عمل کا کرنا خواہش پر مبنی ہے اور خواہش دل میں پیدا ہوتی ہے۔ پس اس

خواہش کی شکل کو ہم نے دیکھنا ہے اور وہ اسی طرح دیکھی جا سکتی ہے کہ ہم تصور کریں اور تصور کے لئے ذہن کو دوسرے خیالات سے پاک کر دیں۔

عمل نمبر ۷ — قوّتِ ارادی

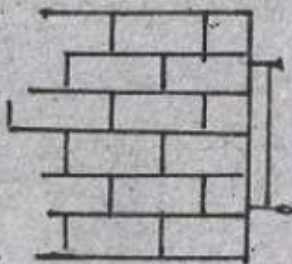
جب عامل اپنی ابتدائی مشق میں کامیاب ہو جائے اور آنکھوں میں قوتِ مقناطیس پیدا ہو جائے تو پھر اس کو مختلف اشیاء پر تجربہ کر کے اپنی محنت کا نتیجہ دیکھنا چاہیئے تاکہ اس کے دل کو یقین ہو جائے کہ درحقیقت میری محنت کا ثمرہ درست نکلا۔

اوّل مٹی کے دو پیالے لے کر ایک ہی وقت دونوں میں جو کے دانے بو دیجئے جب ان کے پودے ایک انچ کے قریب ہو جائیں تو دونوں پیالوں پر الف اور ب کے نشان لگا دیجئے۔ اب صبح کے وقت روزانہ ایک ہی وقت پر الف کو دائیں اور ب کو بائیں جانب بالمقابل دونوں کو قریب قریب رکھ کر دونوں پر بلاناغہ اس طرح عمل کرو۔

پیالہ الف پر خوب نظر جماؤ اور قوّتِ ارادی کو ان پر اس طرح ڈالو۔ الف کی نسبت تصوّر کرو اور دل میں دہراؤ "اس کے پودے بڑھ رہے ہیں"۔
اب ب کی نسبت تصوّر کرو "اس کے پودے چھوٹے ہو رہے ہیں"۔
ہر روز پندرہ بیس منٹ تک یہ عمل کر کے دونوں پیالوں کو محفوظ جگہ رکھو

پس کچھ دن بعد آپ دیکھیں گے کہ الف کے پودے ب کی نسبت بڑے ہوں گے عمل کے وقت اس بات کا دھیان رکھیں کہ پودا الف دائیں طرف رہے اور ب بائیں طرف۔

عمل نمبر ۸ ۔ قوّتِ ارادی کی ترکیبِ عمل

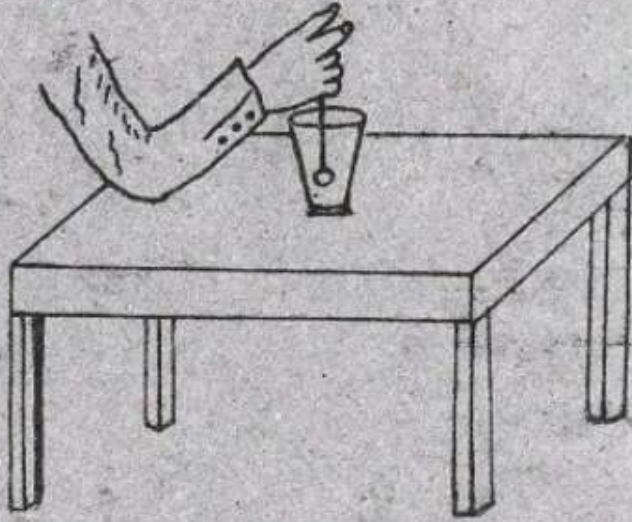
یہ ایک نادر عمل ہے۔ اس کے کرنے کی ترکیب یہ ہے۔ ایک باریک سوئی لو اور اس کے درمیان ایک دھاگہ اس طرح باندھو کہ جب اس کو اٹھایا جائے تو ترازو کی مانند اس کا وزن دونوں طرف برابر ہو۔ اب اس کو ایک تنہا کمرہ کی دیوار کے ساتھ کیل گاڑ کر باندھ دیں۔ یاد رہے کہ اس کمرہ میں ہوا کا گزر نہ ہو اور لٹکتی ہوئی دیوار کے ساتھ نہ لگے۔ جیسا کہ تصویر سے ظاہر ہے۔

اب تم اس سوئی کے مقابل دوزانو ہو کر بیٹھ جاؤ۔ سانس اس طرح لو کہ سوئی نہ ہلے۔ اب دائیں ہاتھ کی انگلیاں اکٹھی کر کے سوئی کے قریب لے جاؤ۔ احتیاط رکھو کہ انگلیاں ساتھ نہ لگیں۔ اب تم آہستہ آہستہ اپنے ہاتھ کو پیچھے ہٹاتے آؤ اور دل میں ارادے کو پکا کرو کہ سوئی انگلیوں کی طرف کھچی آ رہی ہے۔ روزانہ ایک گھنٹہ تک اس طرح مشق کرو۔ ایک ہفتہ بلکہ اس سے بھی پیشتر ایسا ہو گا کہ سوئی

آپ کے ہاتھ کے ساتھ ساتھ کھچی چلی آئے گی۔ اسی طرح ہاتھ کو جب سوئی کی طرف لے جاؤ گے تو سوئی پیچھے چلی جائے گی۔

عمل نمبر ۹۔ قوتِ خیالی کا شعبدہ

یہ بھی ایک عجیب شعبدہ ہے جس کی ترکیب یہ ہے۔ چاندی کے ایک روپیہ کو کنڈہ لگائیں۔ اس کنڈے میں سیاہ ریشم کا آدھ گز لمبا ڈورا باندھ لو۔ پھر کانچ کا ایک گلاس میز پر رکھو اور اپنی کہنی میز پر ٹکا کر ڈوری کا سرا اپنے ہاتھ میں پکڑ کر روپیہ کو گلاس میں اس طرح لٹکاؤ کہ روپیہ گلاس کے پیندے میں نہ لگے اور نہ ہی گلاس کی دیواروں کو چھوئے بلکہ عین درمیان میں رہے۔ اس وقت تم ذہن میں سوال کرو گے کہ اس وقت کتنے بجے ہوں گے۔ پس اسی طرح چند روز خیال کرنے سے کہ اب کیا بجا ہوگا۔ ٹھیک اتنی دفعہ روپیہ گلاس سے ٹکرائے گا۔ جب یہ مشق مکمل ہو جائے تو پھر جب چاہو وقت کا پتہ کر لو۔ تصویر اگلے صفحہ پر دیکھیں۔

یاد رکھیئے: مسمریزم سیکھنے کے خواہش مندوں سے ہماری عرض ہے کہ وہ جب تک ایک مشق کو مکمل نہ کر لیں دوسری شروع نہ کریں۔ جب تک ایک بات پوری نہ پوری نہ ہو تب تک دوسری کرنے سے کوئی فائدہ نہیں البتہ اس طرح پہلی بات بھول جایا کرتی ہے۔ یہ کوئی سکول کا سبق نہیں جو کبھی کبھی ادھورا بھی پڑھ لیا جائے تو فرق نہیں پڑتا۔ یہ علم عمل ہے اس میں آپ کو سو فی صد کامیاب ہونا ہے اور یہ

جبھی ہوگا کہ آپ سبق کو یاد رکھ کر عملی طور پر کامیاب ہوں گے۔ لہذا ایک تجربے کے بعد دوسرا شروع کریں۔

عمل نمبر ۱۰۔ چاند کی مشق

ترکیب صرف اسی قدر ہے کہ رات کو جب چاند نکلے تو کسی تنہا مقام پر بیٹھ کر آئینہ کی طرح چاند پر نظر جماؤ۔ جب نظر جم رہی ہو تو دل کی تمام قوتوں کو اسی مرکز پر لگا دو اور اسی پر غور کرو۔ ایک سیکنڈ کے لئے بھی نظر اور خیال دوسری طرف نہ جائے۔ اگر پچھلی مشق میں آپ کامیاب ہیں تو آپ کا دل اور آپ کی نظر اپنے آپ چاند پر جم جائے گی۔ اگر ذرا بھی ہٹے تو آپ زبردستی چاند کی جانب اسے راغب کریں۔

اس مشق کا وقت مقرر نہیں ہو سکتا۔ کیونکہ چاند کبھی وقت پر نہیں نکلتا۔ گزشتہ مشقوں میں آپ کا دل ایک مقررہ وقت پر ایک ہی جگہ رہنا سیکھ چکا ہوگا۔ اب ایسے جب اور جہاں چاہیں لگانے کے لیے وقت بے وقت کی ضرورت ہے۔ لہٰذا چاند کی مشق اس مقصد کے لئے نہایت موزوں ہے۔ زبردستی دل و نظر کو ایک جگہ جمانے سے یہ فائدہ ہو سکتا ہے کہ آپ جب چاہیں اپنے دل اور اپنی نظر کو کسی جگہ پر جمانے کے لیے مجبور کر سکتے ہیں۔

مشق مکمّل ہونے کی پہچان

اگر چاند پر کبھی بے وقت مشق کی جائے اور اسی وقت دل اور نظر کو اس پر جمایا جائے (زبردستی نہ جمانا پڑے) اور مشق کو خود بخود دل چاہے یقین کامل ہو اور چاند میں عجیب و غریب مناظر دکھائی دینے لگیں تو سمجھ لیں کہ مشق مکمل ہو گئی ہے۔

ایک اور طریقہ

اس مشق کے پورے طور پر تکمیل پا جانے کی ایک اور اچھی پہچان یہ ہے کہ جس رات چاند طلوع نہ ہوا ہو اس رات کو اپنی آنکھوں کو بند کر کے چاند کا تصوّر باندھیے اور دل کو پوری قوت سے اس کی طرف مائل کیجئے۔ چاند نظر آنے لگے گا۔ اس وقت جب کہ اندھیری راتیں ہوں تب بھی چاند نظر آتا ہے۔ یہاں تک کہ دن میں بھی اگر تصوّر باندھو تو چاند نظر آنے لگے گا۔

مشق مکمل ہونے پر عامل کو اپنی کامیابی دیکھ کر روحانی مسرت حاصل ہوگی۔ اس عمل کے پورا ہو جانے کے بعد ایک انوکھی طاقت کا ظہور ہوتا ہے اور بڑے بڑے عجیب کام کرنے کے قابل ہو جاتا ہے۔ اگرچہ ابھی مسمریزم کی دو فی صد مشق بھی نہیں ہوتی مگر اس قدر مشق ہی سے آدمی کے اندر تعجب خیز طاقت پیدا ہو جاتی ہے جس کو ہم تحریر میں نہیں لا سکتے۔

عمل نمبر ۱۱ــ سُورج کی مشق

یہ مشق رات کو کرنی چاہیے۔ مشق کرتے وقت پیٹ بھرا ہوا نہ ہو، خالی بھی نہ ہو یعنی بھوک پیاس سے الگ رہ کر آپ کا دل صاف اور خوشی و جوش کی حالت میں ہو تو اس عمل کو شروع کرنا چاہیے۔ گوشہ نشینی پاک و صاف کمرہ میں جہاں ہمیشہ تاریکی ہو اور روشنی بالکل نہ ہو، اس عمل کو کریں۔ ترکیب یہ ہے۔

اپنے منہ پر سُرخ یا سیاہ کپڑا ڈال کر آنکھوں کو بند کر کے اپنے دل میں جھانکو۔ تب اپنے دل کی پوری طاقت کو سُورج دیکھنے کے تصوّر میں لگا دو یعنی دل میں طاقت و خواہش پیدا کرو ــ "مجھے آفتاب نظر آ جائے"۔

جب آنکھوں کو تکلیف ہونے لگے اور کپڑے کی وجہ سے دم گھٹنے لگے تو کپڑا اتار کر آنکھوں کو کھول دو۔ تھوڑا آرام کر کے پھر مشق کو شروع کر دو۔ ابتدا میں یہ مشق ۱۰ منٹ تک کرنی چاہیے۔ آرام کرنے کے بعد پھر اس عمل کی

مشق کرو۔ اسی طرح آرام لے کر ۴ یا ۵ منٹ تک مشق کرنی چاہئے۔ دو چار دن کی صحیح طور پر مشق کے بعد پہلے آپ کو سیاہ رنگ کے چھوٹے چھوٹے دھبے دکھائی دیں گے۔ پھر آہستہ آہستہ وہ سیاہی روشنی میں تبدیل ہو جائے گی۔ دل میں خواہش کو تیز اور یقین کو پختہ رکھو۔

تھوڑے دنوں کے بعد ایسی زبردست روشنی نظر آنے لگے گی جیسا کہ طلوع آفتاب کے وقت ہوتی ہے۔ پہلے پہل یہ روشنی کچھ دیر نظر آئے گی پھر اندھیرا ہو جائے گا۔ لیکن آہستہ آہستہ مشق زیادہ کرنے سے یہ روشنی ساکن ہو جائے گی۔

حالتِ سکون میں جب پوری پوری روشنی آفتاب کے مقابل نظر آئے گی تو آپ کی نظر زیادہ دیر تک اس کو نہ دیکھ سکے گی۔ جب آنکھ اس روشنی کو برداشت نہ کر سکے تو پھر اٹھا کر آنکھیں کھول دو۔ اور کچھ دیر بعد منہ دھو کر اور دودھ پی کر سو رہو۔ اس مشق کے بعد جاگنا، گفتگو کرنا، چلنا پھرنا سخت منع ہے کیونکہ جب دل ساکن ہو جائے تو پھر اس سے حرکت دینے کے عمل کو ہرگز نہ کرو اس سے آگے کی مشق میں رکاوٹ پیدا ہو جائے گی۔ یہ بھی یاد رکھیں کہ دو چار دن کی مشق کرنے سے آفتاب اگر دکھائی نہ دے تو مایوس مت ہوں بلکہ مشق کو جاری رکھیں اور یقین کو پختہ کریں۔

اس مشق کے فائدے: اس مشق سے آنکھوں کو معمولی سا نقصان

تو پہنچتا ہے لیکن قوت روحانی بہت زیادہ ہو جاتی ہے۔ چاند کی مشق سے آنکھوں کی روشنی تیز ہو جاتی ہے اور دل ایک سچا سرور محسوس کرتا ہے۔ آفتاب کے نظر آنے سے عقل تیز اور درست ہو کر دنیا کے باریک ترین حالات جاننے کے قابل بن جاتی ہے۔ اس مشق میں کامیاب ہونے سے آدمی کی عقل میں بہت سی پوشیدہ و پیچیدہ باتیں جاننے کی صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے۔ آدمی روشن ضمیر اور غیر معمولی عقلمند ہو جاتا ہے اور اس کی قریباً ہر خواہش پوری ہو جاتی ہے۔

میرے تجربے: جب کہ میں ابھی مشق کر رہا تھا۔ ایک بوڑھا سیٹھ روتا ہوا آیا اور کہنے لگا کہ میرا پندرہ سال کا اکلوتا لڑکا ناراض ہو کر گھر سے بھاگ گیا ہے۔ بڑھاپے میں تیسری شادی سے یہی ایک بچہ ہے۔ وہ بھی چلا گیا۔ اس کی والدہ نے تو صبح سے اسی کے غم میں کچھ کھایا پیا بھی نہیں۔ بابو جی دو چار جگہ تار دے کر خبر منگوائیے خرچ میں دوں گا۔ یہ کہہ کر وہ رونے لگا۔ اس نے اپنے تین چار رشتہ داروں کے پتے لکھوائے میں نے تار لکھ کر اس کو دے دیئے۔

اس کے چلے جانے کے بعد میں ہاتھ پیر دھو کر اپنے اس کمرے میں گیا جس میں بیٹھ کر میں عمل کیا کرتا تھا۔ وہاں بیٹھ کر میں نے "قاعدہ کے مطابق" عمل کیا اور روحانی قوت اس بات پر لگا دی کہ تمام دنیا مجھے نظر آ رہی ہے۔ میں جاننا چاہتا ہوں کہ اس سیٹھ کا لڑکا اس وقت کہاں ہے؟ مجھے اپنے خیال میں بھی نظر آیا کہ شہر سے ۵ میل دور ایک ایسے کنوئیں میں گرا پڑا ہے جس میں پانی بالکل نہیں

اور زیادہ گہرا بھی نہیں۔ مگر اس میں گر کر کوئی اپنے آپ باہر نہیں نکل سکتا تھا۔ پرانا کنواں تھا اور یونہی بھرتے بھرتے ایک گڑھا سا رہ گیا ہے۔

دراصل یہ جگہ میری دیکھی ہوئی تھی۔ میں نے خیال کو ہٹا کر اسی وقت بڈھے سیٹھ کو بلایا اور اپنا اندازہ بتلایا۔ سیٹھ کے پاس گھوڑا تھا وہ اسی وقت چلنے کو تیار ہو گیا۔ میں بھی اپنے گھوڑے پر سوار ہو کر اپنی مشق کا نتیجہ دیکھنے کی غرض سے سیٹھ کے ساتھ چلا۔ دو نوکر بھی ساتھ لے لیے۔

قریباً ڈیڑھ گھنٹہ میں ہم وہاں پہنچے۔ اس وقت دوپہر ڈھل رہی تھی۔ دیکھا تو لڑکا کنوئیں میں بے ہوش پڑا ہوا ہے۔ مجھے اپنی اس کامیابی پر بڑی خوشی ہوئی۔ بوڑھا سیٹھ بھی بہت خوش ہوا لیکن پھر لڑکے کو مردہ سمجھ کر رونے لگا اور رنج میں چھاتی پیٹتا ہوا خود بھی اس گڑھے میں پھسل گیا۔ آخر نوکروں کی مدد سے پاس کے گاؤں سے آدمی بلا کر ان دونوں کو نکالا۔

علاج ہونے پر لڑکا بچ گیا اور اس نے بتایا کہ کچھ آدمیوں نے مجھے اٹھایا اور جنگل میں لے گئے۔ میری گردن میں سے سونے کی زنجیر اور کانوں سے مرکی اتار کر مجھے کنوئیں میں دھکیل دیا۔

۲۔ میرے ایک دوست میرے پاس آئے اور کہا کہ حال ہی میں میں ہیرے کی ایک انگوٹھی بمبئی سے لایا تھا۔ کل میں نے اتار کر اپنی عورت کو دی اس نے نہ معلوم کہاں کھو دی۔ گھر سے باہر تو گئی نہیں لیکن گھر میں بھی سب جگہ دیکھ

بھال کر لی۔ اب ملنے کی امید نہیں۔ ممکن ہے کسی ملازم کے ہاتھ آ گئی ہو۔ کئی ملازم ہیں کس کو سزا دوں اور کس پر شبہ کروں۔ آپ نے پہلے بھی کئی باتیں بتائیں جو سچ ثابت ہوئیں۔ میں اسی امید پر آپ کے پاس آیا ہوں کہ آپ مہربانی فرما کر حساب لگائیں اور دیکھیں کہ انگوٹھی اس وقت کہاں ہے۔ وہ مل بھی سکتی ہے یا نہیں؟

میں ان کو بیٹھک میں بٹھلا کر اپنے عمل کرنے والے کمرے میں گیا اور یکسوئی قلب ہو کر دھیان کیا۔ میرے دل میں آواز ہوئی کہ انگوٹھی عورت کے دوپٹے میں بندھی ہے اور دوپٹہ اس نے سوٹ کیس میں سنبھال دیا ہے۔ میں نے آ کر وہی راز اپنے دوست کو سنائی۔ اس نے جا کر تلاش کی تو انگوٹھی اسے مل گئی اور اس نے دو سو روپے کار نیک میں لگا دیے۔

یہ اور ایسے بہت سے تجربات مجھے ہو چکے ہیں لیکن میں نے یہی دیکھا ہے کہ اس کام میں ترقی جب ہی ممکن ہے کہ انسان ہمیشہ سچ بولے کسی بھی جاندار کو بلاوجہ نہ ستائے۔ برے خیالات کو اپنے ذہن و دل میں جگہ نہ دے ورنہ ایک بھی عمل مکمل نہیں ہو پاتا۔

عمل نمبر ۱۲۔ آئینہ کے ذریعے دوسروں کو بس میں کرنا

ایک بڑا آئینہ لو جس میں پورا سر اور چھاتی تک نظر آئے۔ اس میں اپنی آنکھ کی پتلیوں پر نظر جماؤ اور یکسو ہو کر توجہ کرو کہ تمہاری قوتِ مقناطیس آنکھوں سے نکل کر عکس

کی پتلی کے ذریعے عکس کے دل و دماغ پر اثر کر رہی ہے اور وہ ابھی میرے قابو میں ہوا چاہتا ہے۔ ہر روز نصف گھنٹہ یہ مشق کرو۔

اگر پہلے روز کا نصف گھنٹہ تکلیف دہ ہو تو ۵ منٹ سے بڑھانا شروع کریں۔ آنکھ نہ جھپکو۔ جب تمہاری آنکھوں میں اس قدر طاقت ہو جائے کہ تم ۵ منٹ بلا آنکھ جھپکے ٹکٹکی باندھ کر دیکھ سکو اور تمہارا مدمقابل تم سے آنکھ نہیں ملا سکتا تو سمجھ لو ٹھیک ہے۔ جب بھی تم کسی کی طرف نظر بھر کر دیکھو گے، وہ تمہارے بس میں ہو کر تمہارے اشاروں پر ناچے گا۔ ہر مشق کے دوران غذا ہلکی زود ہضم اور کم کھائیں۔ کیونکہ کم کھانے سے بدن میں سستی نہیں آتی اور ذہن و دل پر بوجھ محسوس نہیں ہوتا۔

عمل نمبر ۱۳۔ روشن ضمیری سے تمام مشقوں میں کامیابی

ایک بڑا آئینہ خرید لو جس میں گردن تک چہرہ نظر آئے۔ اس میں دیکھنا شروع کرو۔ عکس کی بائیں آنکھ کی پتلی کو نظر کا مرکز بناؤ اور یکسوئے قلب ہو کر توجہ کرو کہ تمہاری مقناطیسی آنکھوں سے نکل کر عکس پتلی کے ذریعہ اس کے دل و دماغ پر اثر کر رہی ہے اور وہ ابھی بے ہوش ہوا چاہتا ہے۔ ہر روز نصف گھنٹہ تک یہ مشق کرو۔

بعض عامل دس یوم میں اور بعض عامل ۱۵ یا ۲۰ یوم میں حالت روشن ضمیری

میں چلے جاتے ہیں۔ اپنے گھر میں سب کو تاکید کر دیں کہ حالت بے خبری میں کوئی آپ کو نہ جگائے کیونکہ اس عمل میں خود بخود جاگنا بہت مفید ہے اور یہی تجربہ میں آیا ہے۔

نوٹ:۔ اس عمل کے لئے خصوصی طور پر تنہائی کی ضرورت ہے۔ اپنے مکان میں ایک علیحدہ جگہ اس کام کے لئے منتخب کرو۔ سرد تر اشیاء مثلاً مکھن دودھ زیادہ استعمال کریں۔ کیونکہ ان دنوں گرمی خشکی بڑھ جاتی ہے۔ گرم، خشک، نشہ آور تیل والی، ترش اشیاء اور گوشت سے پرہیز کریں کیونکہ یہ چیزیں خون میں احتراک پیدا کرتی ہیں اور اس عمل میں سکون کی بے حد ضرورت ہے۔

جب آپ اس عمل میں کامیاب ہو جائیں یعنی خود بخود روشن ضمیری ہو جائے تو آپ کے لئے تمام مشقیں آ جائیں گی اور دنیا کے ہر کام میں کامیابی حاصل کرنے کے قابل ہو جائیں گے۔

اس کے بعد آنکھ سے کام لینے کا جو طریقہ ہم لکھ رہے ہیں وہ نہایت معمولی اور مجرب ہے۔ شائقین اس سے بہت فائدہ حاصل کر سکتے ہیں۔

عمل نمبر ۱۴۔ بیفائدہ حرکات اور فحش خیالات سے بچنے کی مشق

روزانہ رات کو سوتے وقت کسی اندھیرے کمرے میں چلے جاؤ اور اپنے بستر پر

چُپ چاپ ۵ منٹ سے ۱۰ منٹ تک آرام سے بیٹھنے کی روزانہ عادت ڈالو مگر
جسم کے کسی حصہ کو حرکت نہ دو۔ آنکھیں کھلی رکھو اور جھپکو نہیں دوران مشق اپنے
خیالات کو ایک نکتہ پر قائم کرو اور اپنے دل میں یہ جملہ بار بار دہراتے جاؤ۔

"مجھ کو اپنے حواس پر پورا پورا قابو حاصل ہے۔"

۵ منٹ سے ۱۰ منٹ تک دل ہی دل میں دہراؤ۔ اس فقرہ کے علاوہ کوئی بات
دل میں نہ گزرے اور زبان بھی بالکل نہ ہلے۔ شروع شروع میں یہ عمل ذرا مشکل نظر
آئے گا لیکن آہستہ آہستہ اس مشق میں آپ کامیاب ہو جائیں گے۔ مستقل مزاجی
سے ڈٹے رہو۔ اس عمل سے آپ کو بیہودہ حرکات اور فضول خیالات سے
بچنے کی عادت ہو جائے گی اور آپ نشر کو مطیع کرنے کے قابل ہو جائیں گے۔
ویسے بھی ایسے عامل کو بُرے خیالات، کینہ، بغض، حسد، سے پرہیز کرنا چاہئے

عمل نمبر ۵۔ تصوراتی عمل

تصور کے عملیات میں کامیابی حاصل کرنے کے لئے سب سے پہلے جب
آپ مشق نمبر ۱۳ و ۱۴ میں کامیابی حاصل کر چکو تو مندرجہ ذیل تین عملیات کا تجربہ کرو۔

۱۔ کسی شخص کے پیچھے کھڑے ہو جاؤ اور اس کی گردن کے پچھلے حصہ پر خوب
اچھی طرح ٹکٹکی لگاؤ اور اپنے دل میں خوب مضبوط ارادہ کرو کہ وہ شخص مڑ کر تمہاری
طرف دیکھے۔ ایسا کرنے سے وہ شخص ضرور آپ کی طرف دیکھے گا۔

۲۔ اپنی آنکھوں کو بند کرو اور اپنے کسی دوست رشتہ دار کا خیالی نقشہ اپنی
آنکھوں میں جماؤ۔ جب بالکل صاف دکھائی دینے لگے تو آپ اسے تحکمانہ لہجہ میں
حکم دیں کہ وہ فلاں وقت میں تم سے ملے۔ یا آپ کا فلاں کام کرے۔ ایسا کرنے
سے وہ ضرور آپ کا حکم بجا لائے گا۔ آپ کی حسب منشا کام سرانجام دے گا۔

۳۔ زمین کے اوپر ایک بڑا سا گول دائرہ باندھو۔ اس کے اندر کسی کیڑے مکوڑے
کو چھوڑ دو۔ اب آپ اس پر ٹکٹکی باندھو اور تصور کرو۔ دل میں مضبوط ارادہ رکھو کہ
یہ کیڑا دائرہ سے باہر نہیں جائے گا۔ اگر آپ کا ارادہ مضبوط ہے تو ایسا کرنے سے
یقیناً وہ کیڑا جگہ سے باہر نہیں جائے گا۔

اب آپ کے لئے تصور کے ذریعہ دوسروں کو بس میں کرنے کا طریقہ لکھا
جاتا ہے۔ علی الصبح جب آپ خواب راحت سے اٹھیں تو اپنے بستر پر چوکڑی مار
کر بیٹھ جاؤ اور اپنی آنکھوں کو بند کرو۔ اب اپنے دل میں آسمان کا تصور باندھو
گویا تم ہو بہو نیلے رنگ کا آسمان اپنی آنکھوں سے دیکھ رہے ہو۔ پندرہ منٹ تک
خوب مضبوطی سے یہ تصور جما رہے۔ صبح شام دونوں وقت برابر دس دن تک یہ عمل کرو
پھر گیارھویں دن بجائے آسمان کے کسی ایسے آدمی کا تصور دل میں جماؤ جس کو تم
اپنے بس میں کرنا چاہتے ہو۔ اس کا ناک نقشہ اچھی طرح سامنے لاؤ۔ بالآخر آپ کو
ایسا معلوم ہوگا جیسے وہ مجسم آپ کے سامنے کھڑا ہے۔ پھر آپ اسے جو حکم دیں
گے حقیقت میں وہی کرے گا۔

جب یہ حالت ہو جائے کہ آنکھیں بند کر کے جسے چاہے تصور میں دیکھ لو تو عمل پورا ہے۔ یہ ایک بہت ہی زبردست عمل ہے۔ اس سے آپ کی قوتِ مقناطیسی ایک سے ہزار گنا ترقی کر جائے گی۔ جس سے آپ عجیب و غریب اور عقل کو حیران کر دینے والے کام کرنے لگیں گے اور ہر شخص کو اپنا مطیع و فرمانبردار بنا کر اس سے اپنا کام نکلوا سکیں گے۔ اسی علم و عمل سے آپ اپنے آبا و اجداد کی رُوحوں کو بلا کر ان سے بات چیت کر سکتے ہیں۔

عمل نمبر ۱۶۔ گھڑے کو متحرک کرنا

گھر میں ایک الگ کمرہ جہاں کسی قسم کے شور و غوغا کی آواز سنائی نہ دے منتخب کر کے مٹی کے ایک گھڑے کو میز پر رکھو اور اپنا منہ جنوب کی جانب کر کے پاس رکھی ہوئی کرسی پر اس طریق پر بیٹھ جاؤ کہ تمہارے دونوں ہاتھ آسانی سے گھڑے پر رکھے جا سکیں۔ دائیں ہاتھ کا انگوٹھا بائیں ہاتھ کی پشت پر رہے اور دونوں ہاتھ گھڑے سے چھوتے رہیں۔ اس پر کسی طرح کا دباؤ نہ پڑے۔ پھر یہ خیال کرنا شروع کرو کہ تمہارے ہاتھ سے قوت مقناطیسی نکل کر گھڑے میں جمع ہو رہی ہے ۱۵ منٹ تک اسی میں محو رہو۔ چند منٹ کے بعد تم محسوس کرو گے کہ تمہاری انگلیوں کی پوروں سے سچ مچ کوئی طاقت نکل رہی ہے۔ پندرہ منٹ بعد حسب ذیل طریق سے ایسا شروع کرو۔

۱۔ میری قوتِ مقناطیس انگلیوں سے نکل نکل کر گھڑے میں جمع ہو رہی ہے۔
۲۔ دائیں سے بائیں جانب اس میں ابھی حرکت ہوا چاہتی ہے۔
۳۔ گھڑا اب ہلا کر ہلا۔ کم از کم نصف گھنٹہ تک یہ ایسا کرتے جاؤ۔

اس کے بعد عمل بند کر کے تھوڑا سا گرم گرم دودھ پی لو۔ سات دن کے عمل سے گھڑا خود بخود حرکت کرے گا۔ پہلے آہستہ آہستہ پھر بہت تیزی کے ساتھ۔ اس سے خائف نہ ہوں بلکہ اپنے ہاتھ الگ کر لیں۔

جب عمل بند کرنا ہو تو اپنے دونوں ہاتھ گھڑے کے قریب لے جا کر حسب ذیل طریق سے ایسا کرو۔

۱۔ گھڑے کی رفتار اب دھیمی پڑنا شروع ہو گئی ہے۔
۲۔ اس کی رفتار کم ہو گئی ہے۔
۳۔ وہ ساکن ہوا چاہتا ہے۔

جب گھڑا ساکن ہو جائے تو اس طریق سے ایسا کرو۔

۱۔ میری قوتِ مقناطیسی گھڑے سے نکل نکل کر انگلیوں کے ذریعہ واپس جسم میں جا رہی ہے۔
۲۔ میں اپنی قوتِ مقناطیس کو گھڑے سے واپس لے رہا ہوں۔
۳۔ دس منٹ کے اندر میری طاقت بحال ہو جائے گی۔

اس عمل سے تمہیں اتنی ترقی ہو گی کہ آئندہ کسی گھڑے یا دوسری وزنی چیز پر

چند منٹ توجہ کرنے سے ہی اسے متحرک کر لیا کرو گے۔

عمل نمبر ۱۷۔ گلاب کا پھول

گلاب کا پودا گملہ میں لگا کر اسے اپنے گھر کے صحن میں پھلنے پھولنے دو۔ صبح و شام پانی دیتے رہو۔

عمل نمبر ۱۶ کے تحت جب آپ میں گھڑے کو متحرک اور ساکت کرنے کی طاقت آ جائے تو مشق کرنے والے الگ کمرے میں جہاں مکمل سکوت اور خاموشی ہو صبح اٹھتے ہی اس گملہ کو لے جا کر میز پر رکھ دو۔ اور گلاب کے ایک پھول پر کالے رنگ کا دھاگا باندھ دو۔ پھر اس پھول پر ٹکٹکی جماتے ہوئے حسب ذیل طریقہ سے ایسا کرو۔

۱۔ رُوح جو تمہاری زندگی ہے۔ جس کی بدولت تم تر و تازہ اور سر سبز دکھائی دیتے ہو میں اسے اپنی آنکھوں کے ذریعے کھینچ رہا ہوں۔

۲۔ تمہاری زندگی میری آنکھوں میں کھنچ کر جمع ہو رہی ہے اور تم خشک ہوتے جا رہے ہو۔

۳۔ تمہاری شادابی اور تازگی کافور ہو رہی ہے اور تم ایک خشک پھول ہو۔

۵ منٹ روزانہ اس عمل کو جاری رکھو۔ اوّل تو دوسرے ورنہ تیسرے روز پھول ضرور خشک ہو جائے گا۔ پھول خشک ہو جانے پر سمجھو کہ آپ کا عمل

پورا ہو گیا۔ اب امتحانی تجربات شروع کرو۔

امتحانی تجربات

پانی کے بھرے ہوئے شیشے کے گلاس میں کسی کیڑے یا مکھی کو پکڑ کر ڈال دو مگر اس کا کوئی عضو نہ ٹوٹے۔ اب اس انتظار میں رہو کہ وہ ڈوب کر مر جائے اس میں کوئی حرکت باقی نہ رہے۔ وہ بالکل مردہ ہو جائے۔ اس کے بعد کسی کاغذ یا تنکے سے اسے باہر نکال لو اور بلاٹنگ پیپر پہ رکھ کر چٹکی بھر اُپلوں کی سفید راکھ اس پر ڈال دو تا کہ اس کی نمی خشک ہو جائے۔ اسی حالت میں مرے ہوئے کیڑے سے ذرا سی راکھ ہٹا کر دائیں ہاتھ کی ایک انگلی اس سے چوتھائی انچ اونچا رکھو اور حسب ذیل طریقہ سے ایسا کرو۔

۱۔ رُوح جو تمہارے جسم سے نکل چکی ہے میں اسے دوبارہ تمہارے جسم میں داخل کر رہا ہوں۔

۲۔ تم ابھی ابھی زندہ ہوا چاہتے ہو۔

۳۔ رُوح تمہارے جسم میں داخل ہو رہی ہے۔

۴۔ تم اب ہلے کہ ہلے۔

۵۔ لو اب تم میں حرکت شروع ہوئی۔

۵ منٹ کے اندر اس طریقہ سے اگر تم مرے ہوئے کیڑے کو زندہ کر سکو

تو سمجھو کہ سبق مکمل ہے۔

تصوّر کا جادو

تصوّر کے معنی ہیں کسی شخصیت یا کسی چیز کا خیالی مجسمہ اس طرح اپنی آنکھوں کے سامنے لے آنا کہ عامل کے دل سے اصل و نقل کا امتیاز بالکل محو ہو جائے بس یہی معلوم ہونے لگے کہ جو کچھ میں دیکھ رہا ہوں بعینہٖ وہی ہے۔ اس میں سر مُو فرق نہیں۔ محبوب کا تصور دل میں لاؤ تو اس کے خیال میں اس قدر محو ہو جاؤ کہ دل سے اپنے آپ یہ صدا نکلے ؎

یہی نقشہ ہے یہی رنگ ہے سامان ہے یہی
یہ جو صورت ہے تری صورتِ جاناں ہے یہی

اگر یہ حالت پیدا کر سکو تو پھر اور کیا چاہیے۔ گوہر مقصود خود بخود ہاتھ آئے گا اس کتاب کے ہر عمل پر عمل کر کے تصوّر کی پختگی حاصل کر لو۔ پھر دیکھو کہ دنیا کی بڑی بڑی شخصیتیں آپ کے ہاتھ میں ہوں گی اور تمہاری ہر خواہش خود بخود پوری ہوتی جائے گی۔ تصوّر کوئی معمولی چیز نہیں ہے۔ یہ ایک تصوّر ہی تھا جس کے ذریعے خدا نے لاکھوں بلکہ کروڑوں دنیاؤں کو پیدا کیا۔ لامحدود کائنات کی تخلیق کا راز اسی ایک تصوّر میں مضمر ہے۔ یہی نہیں بلکہ آج کی سائنس کا تمام دار و مدار اسی تصوّر پر ہے معمولی ریل سے لے کر راکٹ اور ٹیلی ویژن تک کی بنیاد تصور پر ہے۔ تصوّر ہی

سے تمام کاروبار ہوتے ہیں۔ تصوّر ہی سے بڑی بڑی ایجادات معرضِ وجود میں آتی ہیں۔

یہ تصوّر اتنی بڑی بات ہے کہ تم آسانی سے ذہن نشین نہیں کر سکتے۔ لہٰذا تصوّر کے اسباق کو ایک دو بار غور سے پڑھو۔ اس سے تمہیں معلوم ہوگا کہ تقریباً ہر سبق کی بنیاد تصوّر پر ہے۔

امتحانی تجربات نمبر ۲

اب جب کہ تم تصوّر کی مشق میں کامل ہو چکے ہو۔ رات کے ٹھیک بارہ بجے بذریعہ تصوّر اپنی بیوی اپنے سامنے لاؤ (یا اپنے کسی رشتہ دار یا دوست کو) اور ایک آم اور کچھ پھل چینی کی صاف پلیٹ میں رکھ کر مندرجہ ذیل ایماء کے ساتھ اسے پیش کر دو۔ یاد رکھو پیش کرنے والی ہر شے تصوّر ہی میں ہو گی۔ ساتھ یہ جملے کہیں۔

۱۔ اے ــــ (نام لی) ــــ تم جو اس وقت دنیائے خواب کی سیر کرنے میں مشغول ہو میری باتوں کو خوب غور سے سنو۔

۲۔ اس وقت بحالتِ خواب تم مجھے اس طرح دیکھ رہی ہو جیسے کہ میں تمہیں دیکھ رہا ہوں۔

۳۔ آگاہ ہو اس بات سے کہ مجھ کو تمہاری رُوح کے ساتھ دلی محبت ہے

اس لئے قبول کرو میری طرف سے یہ تحفۂ ناچیز۔
یہ کہتے کہتے پلیٹ اس کی طرف بڑھا دو اور کہو۔

۴۔ صبح جب تم بیدار ہو گی تو یہ واقعہ تمہیں خواب کی شکل میں حرف بحرف یاد ہو گا بلکہ تم خود اس کا ذکر مجھ سے کرو گی۔

متواتر ایک گھنٹہ تک ان کو زبان و دل سے دہراتے رہو اور مخاطب کے کانوں تک پہنچاتے رہو۔ پھر باطہارت سو رہو۔ اگلے دن صبح صبح تمہاری بیوی بیدار ہو کر اپنے اس خواب کا ذکر تم سے کرے گی۔

فائدہ: اس سبق کا عامل حاکم کو مہربان بنا کر مقدمہ میں جیت اور افسر کو ہم خیال بنا کر اس سے مرضی کے مطابق کام لے سکتا ہے۔ دور بیٹھے ہوئے زندہ در گور اور لاعلاج مریض کو شفایاب کر سکتا ہے اور جواری اور شرابی کی بری عادت کا ازالہ کر سکتا ہے۔ نیز پتھر سے زیادہ سخت دل محبوب کو چشم زدن میں نرم کر لینا بھی اس کے عامل کے لئے کچھ مشکل نہیں۔

عمل نمبر ۱۸۔ آنکھ کا جادو

ایک بڑے آئینہ کے سامنے سیدھے کھڑے ہو جاؤ۔ اس میں دیکھنا شروع کرو۔ عکس کی بائیں آنکھ کی پتلی کو نظر کا مرکز بناؤ۔ ایک منٹ تک بلا آنکھ جھپکے اس کی طرف دیکھتے رہو۔ اگر زیادہ دیر تک دیکھ سکو تو اور بھی اچھا ہے۔ جب دیکھو

کہ آنکھ جھپکے بغیر نہیں رہا جاتا تو آنکھ کو جھپکنے کی بجائے ایک دم بند کر کے ۱۵ سیکنڈ تک آرام دو۔ پھر دوبارہ ٹکٹکی باندھ کر اسی طرح دیکھو۔

اسی طرح روزانہ اپنی مشق کا وقت بڑھاتے جاؤ۔ یہاں تک کہ ۳۰ منٹ تک تم بغیر آنکھ جھپکے دیکھ سکو۔ ہر روز مشق ختم کر کے تمہیں محسوس ہوا کرے گا کہ گویا آنکھ تھک گئی ہے۔ نیز آنکھوں سے پانی بھی جاری ہو جایا کرے گا۔ اس وقت ٹھنڈے پانی کے چھینٹوں سے آنکھوں کو دھو ڈالنا چاہئے۔ مشق کے دوران حسب ذیل خیالات کو بار بار دوہرائیں۔

۱۔ میری قوتِ مقناطیس نہایت زوردار ہو رہی ہے۔
۲۔ جب تک میں چاہوں بلا آنکھ جھپکے کسی چیز کی طرف دیکھ سکتا ہوں۔
۳۔ کوئی ذی روح میرے حلقۂ اثر سے باہر نہیں جا سکتا۔
۴۔ میری آنکھوں میں اس قدر قوتِ مقناطیسی جمع ہو جائے گی کہ آنکھیں چار ہوتے ہی مخاطب میرا مطیع ہو جائے۔

نتیجہ: جب پندرہ منٹ یا زائد عرصہ تک کسی چیز کی طرف بلا آنکھ جھپکے اور بغیر کسی تکلیف کے دیکھ سکو تو مندرجہ ذیل عملی تجربات کو بذاتِ خود کرو اور جب تک ان میں کامیابی نہ ہو۔ ہرگز آگے قدم نہ بڑھاؤ۔

امتحانی تجربات

۱۔ راہ چلتے کسی شخص کی گردن کے عقبی حصہ پر نظر جماؤ۔ دل میں ارادہ مضبوط

رہے کہ وہ ابھی ابھی پیچھے مڑ کر دیکھے گا۔ نظر کی ٹکٹکی قائم رہے اور اس کے پیچھے پیچھے چلتے رہو۔ چند لمحات کے بعد تمہارے تعجب کی انتہا نہ رہے گی جب کہ وہ واقعی گردن پھیر کر دیکھے گا۔ اور اسے یہ معلوم نہ ہو گا کہ اُس نے ایسا کیوں کیا ہے۔ یہ آنکھوں کی قوتِ مقناطیس کا ایک ادنیٰ کرشمہ ہے۔

۲۔ گھر میں جسے تم سب سے زیادہ پیار کرتے ہو اُس کی تصویر لو۔ پھر جس کی تصویر ہو اُس کی لاعلمی میں گھر کے کسی الگ کمرہ میں بیٹھ کر اور کمال یکسوئیٔ قلب کے ساتھ تصویر کی بائیں آنکھ کی پتلی کو نظر کا مرکز بناؤ اور ٹکٹکی لگا کر دیکھنا شروع کرو اور تصویر سے مخاطب ہو کر ڈیڑھ گھنٹہ تک عمل جاری رکھتے ہوئے حسب ذیل الفاظ دہراتے جاؤ۔

۱۔ جب شام کے چھ بج کر دس منٹ ہو جائیں گے تب تم مجھ سے ملنے کے لئے بیتاب ہو جاؤ گے۔

۲۔ مجھ سے بات چیت کرنے کے لئے تمہارا دل خود بخود چاہے گا۔

۳۔ تمہاری یہ خواہش بڑی تیز ہو گی۔

۴۔ تم اس خواہش کو دبا نہیں سکو گے۔

۵۔ ۶ بجکر ۱۰ منٹ پر تم میرے پاس چلے آؤ گے۔

نوٹ: اس تجربہ میں کامیابی حاصل کر کے تمہیں بڑی مسرت حاصل ہو گی اور مسمریزم سیکھنے کی خواہش دس گنا تیز ہو جائے گی۔

پرہیز: اس مشق کے دوران ترش، گرم یا تیل کی اشیاء سے پرہیز کریں گوشت خوری اور ہر قسم کے نشیات کو خیر باد کہہ دینا ہو گا۔ بصورت دیگر ہر طرح کے نقصانات کے ذمہ دار آپ خود ہوں گے۔ کیونکہ مذکورہ بالا اشیاء خون میں گرمی پیدا کرتی ہیں اور خون کی گرمی اس علم کی راہ میں سب سے بڑی رکاوٹ ہے۔

عمل نمبر ۱۹۔ ٹکٹکی

صبح و شام جس وقت سیر کی غرض سے باہر نکلو تو کسی درخت کی چوٹی پر ٹکٹکی لگاؤ اور آہستہ آہستہ اس کی طرف بڑھتے چلو۔ دس منٹ تک بلا آنکھ جھپکے یہ عمل کرو۔ ایک ہی بار نہیں بلکہ بار بار اور ہر بار وقت بڑھاتے جاؤ۔

عمل نمبر ۲۰

دونوں ابروؤں کے درمیان ناک کی جڑ میں گول سیاہ نشان لگا کر آئینہ میں دیکھیں اور اس سیاہ نشان کو نگاہ کا مرکز بنائیں۔ حتی الامکان آنکھ نہ جھپکو اگر جھپکے بغیر نہ رہا جائے تو اپنی پلکوں پر زور دے کر بھوؤں کو کس لو۔ اس سے آنکھیں کھلی رہیں گی۔ یہ عمل دس منٹ تک جاری رکھیں۔

عمل نمبر ۲۱۔

صبح سویرے جونہی آپ بیدار ہوں اپنا منہ جانب شمال کر کے چارپائی سے اُتر کر کھڑے ہو جاؤ اور سب سے پہلے جو چیز نظر آئے اسی پر جا دو۔

عمل نمبر ۲۲

ایک دیوار کے سہارے کھڑے ہو جاؤ اور مقابل کی دیوار پر اپنی نظر جماؤ بلا آنکھ جھپکے ایک سرے سے دوسرے سرے تک دائیں بائیں اوپر نیچے گول دائرے میں دس منٹ تک۔

قوتِ مقناطیسی بڑھانے کی ترکیب

جب دیکھو کہ مشق کرنے کے بعد تھکان معلوم ہوتی ہے تو سمجھو کہ قوتِ مقناطیسی میں خاصی کمی ہو گی۔ اس وقت حسب ذیل طریقہ سے اس کمی کو پورا کر لو نہیں تو نقصان اٹھاؤ گے۔

اپنی آنکھیں بند کر کے سورج کی طرف دیکھنا شروع کرو اور دل میں تصور جماؤ کہ تمہارے جسم میں جو قوتِ مقناطیسی کم ہو گئی ہے۔ اس کی کمی کو سورج جو طاقتِ مقناطیس کا مرکز ہے پوری کر رہا ہے۔ پانچ منٹ تک یہ عمل کرنا کافی ہے۔ اب آپ کو ہاتھ کے ذریعے مسمریزم کی نادر تراکیب اگلے صفحات پر بتائی جاتی ہیں۔

ہاتھ کا جادو۔ پاسوں کی ماہیت

کسی چیز کو متاثر کرنے یا کسی شخص کو اپنا ہم خیال بنانے کے لئے یہ ضروری

ہے کہ اپنی قوت مقناطیس کو اس کے جسم میں داخل کریں اور یہ تین ذرائع سے ممکن ہو سکتا ہے۔

۱۔ آنکھ کے ذریعہ ۲۔ ہاتھ کے ذریعہ ۳۔ دم کے ذریعہ

عمل و علم مسمریزم چونکہ ایک بہت وسیع علم ہے لہٰذا اس کتاب میں اس کا اس قدر بھی آ جانا گویا کوزہ میں دریا کا آ جانا ہے۔ ہمارے پاس علم مسمریزم، ہپناٹزم کا اس قدر مواد ہے کہ اگر اسے شائع کیا جائے تو ایک بہت ضخیم کتاب بن جائے۔ لہٰذا ہم نے یہ تہیہ کر لیا ہے کہ اس علم کو کتابی صورت میں حصہ وار شائع کیا جائے۔ ہپناٹزم اور مسمریزم کے مکمل اسباق کے لئے اسی کتاب کا دوسرا حصہ ہم سے طلب کریں۔

ہاں تو ذکر ہو رہا تھا پاسوں کا۔ سو آنکھ سے متاثر کرنے کے کئی طریقے آپ گزشتہ اسباق میں عملی طور پر سیکھ چکے ہوں گے۔ بلکہ تجربات بھی کر چکے ہوں گے۔ اب ہم آپ کو اس سبق میں ہاتھ کا عملی پاس کرنے کے طریقے بتلاتے ہیں اور اس کتاب کے آئندہ حصے میں دم کے ذریعے پاس کرنے کے طریقے بتلائیں گے۔

چونکہ مسمرائزر کو ان پاسوں کی بڑی ضرورت رہتی ہے اور ان کے ذریعے ان سے اس کو کئی بار خلقِ خدا کو فائدہ پہنچانا ہوتا ہے۔ اس لئے اس کو ہر طریقہ سے واقفیت ضروری ہے۔

مسمریزم میں قوتِ مقناطیسی کو انگلیوں کی پوروں سے خارج کیا جاتا ہے

اور انگریزی میں اس فعل کو "پاس کرنا" اُردو میں "حرکاتِ دستی" یا جھاڑنا اور ہندی میں جھاڑا کہتے ہیں۔ یعنی کسی ذریعہ کسی بھی اندرونی چیز کو خارج کرنا یا کسی دبے ہوئے اثر مقناطیس کو تمام بدن میں پھیلانا، خارج کرنا وغیرہ ہے۔

مسمرائزر کو پاس کرنے کے وقت کسی چیز کی ضرورت نہیں پڑتی۔ یہ صرف ہاتھ سے ہی جھاڑا کرتے ہیں۔ چونکہ علم مسمریزم میں لفظ پاس کا استعمال بکثرت ہوتا ہے۔ اس لئے ذیل میں پاسوں کی تشریح درج کی جاتی ہے۔ جس میں آپ کو پاسوں کے نام ان کی اقسام اور تشریح بتاتے ہیں اور ان کو خوب یاد رکھیں۔

پاسوں کی اقسام

تعریف پاس۔ اپنی انگلیوں کو ٹیڑھا کر کے کسی جاندار یا بے جان پر پاس کا عمل کرنا مسمریزم کی اصطلاح میں پاس کرنا کہا جاتا ہے۔ اس کی ۱۲ اقسام ہیں:

۱۔ طویل پاس	۲۔ اُلٹے طویل پاس
۳۔ افقی پاس	۴۔ چھوٹے پاس
۵۔ اُلٹے چھوٹے پاس	۶۔ مقامی پاس
۷۔ گشتنی پاس	۸۔ فرضی پاس
۹۔ دافع پاس	۱۰۔ نزدیکی پاس
۱۱۔ سیدھے پاس	۱۲۔ کافوری پاس

۱۔ طویل پاس۔ سر سے پاؤں تک جو پاس کئے جاتے ہیں۔ جن کی غرض سر سے پاؤں تک اثر مقناطیسی پھیلانے یا اخراج فاسد مادہ ہوتا ہے۔ بیٹھے ہوئے انسان پر کئے جائیں۔

۲۔ اُلٹے طویل پاس۔ یہ پاس طویل کے برخلاف پاؤں سے سر تک کئے جاتے ہیں۔ ان سے اثر مقناطیسی خارج کیا جاتا ہے۔ اُلٹے طویل پاس کہلاتے ہیں۔ یہ پاس مسمریزم کا اثر دُور کرنے کے لئے اور میڈیم کو ہوش میں لانے کے لئے کئے جاتے ہیں۔

۳۔ افقی پاس۔ یہ بھی طویل پاس کی ہی نقل ہے لیکن ان میں بیٹھے ہوئے انسان پر عمل کیا جاتا ہے۔ اس کے برخلاف عمل کو اُلٹے بھی پاس کہا جاتا ہے۔

۴۔ چھوٹے پاس۔ کسی خاص حصہ جسم پر کسی عضو سے لے کر دوسرے عضو تک تا اختتام عضو تک جو پاس کئے جائیں۔ ان کا نام چھوٹے پاس ہیں۔

۵۔ اُلٹے چھوٹے پاس۔ یہ پاس چھوٹے پاسوں کی مخالف شکل ہے یعنی جو پاس اُوپر کی طرف کسی اعضا سے لے کر کسی عضو تک کئے جائیں۔ جیسے گردن سے سر کی چوٹی تک۔

۶۔ مقامی پاس۔ خاص ایک ہی جگہ پر جو پاس کئے جائیں۔ ان کو مقامی پاس کہتے ہیں۔ یہ پاس درد وغیرہ کے مقام پر کئے جاتے ہیں۔ جیسے کان درد، آنکھ یا سر درد۔